

Niet-drinkende alcoholisten

Suzanne Hautvast

Herm Kisjes (2006). *Acht niet-drinkende alcoholisten vertellen hun verhaal*. Rotterdam: Trichis. ISBN 90 8054 847 2, € 7,50

De 66-jarige Louis noemt zichzelf al achttien jaar een niet-drinkende alcoholist. Na vele pogingen lukte het hem kort voor zijn vijftigste definitief te stoppen met drinken. Door zijn compassie met verslaafden raakte hij betrokken bij de selfsupport-groep van Novadic-Kentron en werd hij actief voor de Anonieme Alcoholisten. Onder de indruk van de betrokkenheid van Louis bij zijn lotgenoten droeg Herm Kisjes het boek *Acht niet-drinkende alcoholisten vertellen hun verhaal* aan Louis.

Kisjes, als sociaal-psychiatrisch verpleegkundige werkzaam bij Novadic Kentron, begon vier jaar geleden met het begeleiden van mensen met een alcoholverslaving. Hij vroeg zich verwonderd af waarom mensen niet kunnen stoppen met drinken. Deze verwondering leidde tot dit boek, waarin drie vrouwen en vijf mannen hun verhaal vertellen. Ze zijn gemiddeld 56 jaar oud; de een drinkt al 22 jaar niet meer, de ander heeft een terugval bij het verschijnen van het boek. Het boek gaat dus niet alleen, zoals de titel doet vermoeden, over mensen die volledig zijn gestopt met drinken.

De verhalen hebben Kisjes geholpen in zijn werk. Hij leerde de essentie van alcoholverslaving te begrijpen en hoopt dit met zijn boek aan zowel collega's als cliënten te kunnen overbrengen.

Rode draad

Verslaafd aan drank, hoe word je dat? Waarom stop je niet? Er moeten toch mensen genoeg zijn geweest die je hebben gewaarschuwd? Wat heeft de drank met jou gedaan? Schaam je je? En nu je gestopt bent, wat doe je om nooit meer te drinken? Is het leven nog wel eens leuk? Het zijn vragen die ten grondslag lagen aan Kisjes interviews. Centraal stond de vraag wat geholpen had bij het stoppen met drinken.

De aanleiding om te stoppen is voor de meeste geïnterviewden wel duidelijk. Het waren met name bij de mannen de partners die hen voor de keuze stelden: de drank eruit of jij eruit. Deze keuze deed hen naar de kliniek, de ambulante hulpverlening of naar zelfhulpgroepen snellen. Voor geen van allen was één poging voldoende. Het niet drinken was, zoals bekend, een proces van vallen en opstaan.

Voor de drie vrouwen lijkt de rol van de partner bij het stoppen met drinken van minder belang geweest. Voor Hetty (62) was de drank juist een middel om aan, zoals zij zegt, de ramp van het huwelijk te ontsnappen, al bleek een echtscheiding niet de oplossing. Ze zocht na bijna twintig jaar drinken contact met de AA. Angeline (48) stopte zelfstandig met drinken toen zij na een dronken avond in de kroeg niet meer wist waar ze woonde. De angst voor Korsakoff werd zo hevig dat zij acuut stopte en - net als Hetty - contact zocht met de AA om het te kunnen volhouden. Vera lichtte een vriendin en haar leidinggevende in toen zij merkte dat zij niet meer zelfstandig kon stoppen met drinken. De wil om te drinken is er bij haar nog overduidelijk. Ze oppert dat ze misschien wel weer gaan drinken als haar kinderen het huis uit zijn en ze haar man verlaat. Ze heeft dan weer de vrijheid om

Suzanne Hautvast (✉)

Drs. S. Hautvast is trajectbegeleider bij De Rode Schakel, integrale hulpverlening aan prostituees te Utrecht. E-mail: shautvast@centrummaliebaan.nl.

haar leven zelf in te richten. ‘En daar hoort toch drank bij voor mij, snap je?’

Lang leve de zelfhulpgroepen

Opvallend aan de opgetekende verhalen is dat de mensen die het langst gestopt zijn met drinken allemaal deelnamen aan de selfsupportgroep van Novadic-Kentron. Angeline, zeventien jaar gestopt, begeleidt er alcoholverslaafden, evenals Louis, achttien jaar gestopt, die tevens actief is voor de AA. Hetzelfde geldt voor Hetty, die 22 jaar geleden stopte met drinken. Houdt Kisjes hier een pleidooi voor zelfhulpgroepen in het algemeen of meer in het bijzonder voor die van zijn eigen organisatie? De drie verhalen zijn bovendien het interessants om te lezen. Deze geïnterviewden lijken het meeste zicht te hebben op de werking van hun verslaving.

Interessant aan hun verhalen is dat zij ook iets vertellen over het leven zonder alcohol. Voor Angeline en Hetty waren de eerste jaren zonder drank het ergst. Ze waren alleen maar bezig met niet-drinken, en zonder drank bleken ze helemaal niet zo leuk te zijn; Angelines broer smeekte haar zelfs om weer te gaan drinken. Hetty was agressief en emotioneel. Pas na vijf jaar maakte het overleven zonder alcohol plaats voor leven. Pas toen kon ze zijn zoals ze wilde zijn.

De meeste geïnterviewden zijn nog geen vijf jaar gestopt met drinken en enkelen hebben nog onlangs een

terugval gehad. Uit hun verhalen valt niet op te maken wat het leven zonder drank hen te bieden heeft. Het lijkt erop dat ze de positieve kanten van het niet drinken nog onvoldoende ervaren hebben. Hun gevecht tegen de drank is nog in volle gang.

Omgaan met alcoholverslaafden

Hoe logisch het ook klinkt, Kisjes laat met zijn verhalen maar weer eens zien dat iedere verslaafde een eigen benadering verdient. Angeline gelooft er bijvoorbeeld niet in dat het nut heeft om alcoholisten te vragen wat ze willen. Leo had gewild dat iemand hem bij de kladden had gegrepen en hem had geconfronteerd met de situatie. Hij zegt dit wel achteraf, want op het moment zelf was hij niet bevattelijk voor deze benadering. Bert daarentegen wil juist aangesproken worden op zijn gezonde verstand en is allergisch voor mensen die hem de les lezen. Bram wil af en toe praten, maar niet naar de AA omdat daar te veel wordt herhaald. Vera bezoekt de AA en vindt dat haar partner haar moet loslaten. Hij mag van haar eisen dat ze niet drinkt als ze met hem verder wil. Louis ten slotte vindt dat je verslaafden moet confronteren met de waarheid, maar dat je boven alles betrokken moet zijn.

Kortom, zonder meer een aanbevelenswaardig boek, zowel voor verslavingshulpverleners als voor hun cliënten, met wie ze de inhoud kunnen delen.